



# Asperges vertes sauce mousseline



## Ingrédients

---

- 800 g d'asperges vertes
- 1 œuf extra-frais
- 1 c. à café de moutarde forte
- 20 cl d'huile
- 1 botte de ciboulette fraîche
- le jus de 1/2 citron
- sel et poivre

---

*Une entrée chaude et froide peu calorique et gourmande!*

Retrouvez toutes  
nos recettes :



4 personnes



30 minutes

## Préparation

---

1. Retirer les bases ligneuses des asperges et peler légèrement le reste des tiges.
2. Les faire cuire dans une casserole d'eau bouillante ou dans un cuiseur vapeur et compter 10 min.
3. Pendant ce temps, rincer et sécher la ciboulette, la ciseler finement.
4. Casser l'œuf en séparant le blanc du jaune.
5. Monter le blanc en neige ferme.
6. Mettre le jaune dans un bol avec la moutarde, saler et poivrer.
7. Monter une mayonnaise en ajoutant l'huile petit à petit, tout en fouettant (fouet électrique ou à la main).
8. Quand la mayonnaise est ferme et lisse, incorporer le jus de citron et la ciboulette, puis le blanc en neige en soulevant délicatement la masse à la spatule, pour obtenir une sauce mousseuse. La réserver au frais jusqu'au moment de servir.
9. Servir les asperges tièdes avec la sauce mousseline fraîche.